



挑戦

# つなんじかん



## すべらないためのお守り

津南町で一番多く走っているのではないかとされる軽トラック

冬は荷台に雪が入らないように、ホロなどで覆いますが

荷台がどうしても軽いので、雪道や凍った道を走る時期は

このようにブロックやタイヤを積んで重しにします

ほんの少しの工夫ですが、雪国ならではの工夫ですね

# 広報つなん

vol.656 2月20日号

もくじ -contents-

features

---

04 **特集**

**いろいろなものが  
あわさって**

09 **町スキー大会結果について**

12 **シャトルバス乗車券引換券付き!**

津南雪まつり会場への  
行き方が大きく変わります

14 **町5大ニュース2015決定**

regulars

---

08 つなんまちかどスケッチ

10 見て・知って・得をする かわらばん

11 つなGOプロジェクト・地域おこし協力隊だより

15 病院歳時記・年金コーナー・100日運動・議会コーナー

16 こんにちは地域包括支援センターです

17 は〜い保健師で〜す・健康づくりア・ラ・カルト

18 ライブラリーコーナー

19 つなんの文芸・ペンリレー

20 いきいき大好き津南町

21 Tapでいこう!・津南石造物散歩

22 農業委員会の窓

23 あどあど通信・ジオサイトを探検し隊!

24 なじょもん通信・戸籍の窓・広報編集室・津南町の人口

町では津南音声訳の会さんに広報つなんの音声訳を委託しています。  
お聞きになりたいかたはホームページをご覧くださいか、  
詳しくは総務課 (TEL 765-3112) までお問い合わせください。





# いろいろなものが あわさって



## はじめまして、真弓です

そば打ち職人を目指して、昨年9月に千葉から引っ越し、津南町の住人となった人がいる。

地域おこし協力隊として赴任した真弓裕行さん、その人だ。

出身は、千葉県松戸市。

『前の仕事は土の性質を調べる検査機を作っていました。』製造業といえど、そば打ちとはまったく無縁の仕事。どうして津南町に来ようと思ったのか。

『最初は津南町という名前を知らなかったんです。いったんは社会人（飲食店に勤めたり、生活支援員など）をして



津南町地域おこし協力隊

真弓 裕行 (32)

いたのですが、もっと自分の可能性を広げようと、地域おこし協力隊の募集サイト「JOIN」で調べて、「津南町」という名前を知りました。それから雪が多い地域ということや「津南の水」など商品名についた津南という名前に気づくようになりまして。』と振り返る。

『津南は自然がいっぱいで、空気もおいしいですが、びっくりしたのは水道水が冷たくておいしいこと。お米、野菜、そして日本酒がともおいしくて、少々飲み過ぎてしまったこともありまして。』



## 今までの経験

知らない土地ではありませんでしたが、不安というものはありませんでした。採用されて初めの2ヶ月は主にそば刈りの手伝いでしたが、苦勞した点は、道が分からなかったことです。畑が、小松原や天上原、横根などにあつて、畑までの道に迷いました。あとは、最初、掃除や配膳などが主な仕事だったので、昔、飲食店で仕事していたことがとても役に立ちました。早く一人前になるために、製粉やつなぎを作ったり、覚えることだらけで正直、「いっぱいいっぱい」だったので今までの経験を生かしてよかったです。

## 最初は世界地図

雪も降り始めた頃、「そば打ち」を始めました。何もかも初めて。まさにゼロからのスタート。初めは見よう見まねで、試行錯誤の連続でした。社長に付きつきりで教えてもらいましたが、硬さなど、どうも違っていて、生地を伸ばしたとき



今は、切ると太いのと細いのが出来てしまつて。

打ち始めて二ヶ月たちりましたが、切るのはまだまだ練習中です。

少しずつわかつてきた

そば打ち

面白いところはつなぎによって食感も

にきれいにのばせず、まるで「世界地図」みたいと笑われました。 やつとききれいな丸の形に伸ばすことができるようになってきました。 営業時間後に自主練習、その練習の甲斐あつてか、今では生地を伸ばすところまでを任せてもらえるようになりました。伸ばす作業の次はいよいよ切る作業。

だいぶ変わることに。先日蕎麦の会の集まりに参加したのですが、津南ではポピュラーな山ゴボウや布海苔のほか、ナメコで作ったそばや十割(つなぎを使わない)そばを食べる機会がありました、どれも違ったおいしさがありました。 僕の上に姉が二人いるのですが、帰省したときにそばを食べてもらったんで



す。そしたら「硬い」と言われました。このあたりのそばはコシがあります。やわらかいそばに慣れていると、その分、硬く感じるのかなと思います。僕は好きですけど。

早く一人前になるために

常に研究を欠かさない

そばと言っても、やつぱりいろんなものを食べてみないと良さが分からないです。ね。いろんなものがあわさつてできるそば。休みになると、よくそば屋を巡って研究しているところです。



## この津南に残ってもらいたい

一つは6次産業化に協力してもらいたいから。そういう事を目的に、受け入れを行いました。

販路やお店も展開していくなかで、技術を覚えたり、蕎麦の栽培の仕方を知ってもらって、オールマイティーになってもらいたい。6次産業を見据えて、どんどん開拓して、こういうところに定住してもらいたい。そのために、今、蕎麦打ちを一生懸命練習して、技術を覚えてもらっているところです。

それだけでなく、栽培するところから知って、知識を蓄え、技術を覚えてもらえば、そうすれば鬼に金棒でしょ。その技術を生かして自立して、定住してもらいたい。

そういうふうに期待しています。やっぱりなんと言ってもここに残っ



株式会社 苗場農産  
たきざわ げんいちろう  
取締役社長 滝沢 元一郎さん

てもらいたい。それが、目的です。身につけたものをここでまた発揮してもらって。それには自立の助けをどうのようになれるのか、が問題。この点は役場と協力していきたいですね。受け入れた目的、これはそっくり真弓くんを期待することでもあるんですね。がんばってもらいたいですね。

### ●6次産業とは…

農業（1次産業）の高付加価値化を目指して、加工業（2次産業）、流通業（3次産業）まで取り込み、6次産業（1+2+3）と称し官民が協力して新しい取り組みの育成を図っています。

## 夢をかなえてほしい

津南町へ地域おこし協力隊が初めて入ったのが3年前。最近では、地域おこし協力隊とはなんですか？という質問よりも、どうしたら協力隊の受け入れができるのか？といった質問をよくいただきます。

町の規則では、高齢化の著しい地域や、地域ブランド・地場産業を手掛ける企業・団体で、地域外の人材を活用し、地域の活性化、必要な施策の推進などを進めるために、地域おこし協力隊を募集しています。

業務としては住民への生活支援や地域行事等の支援というのが一般的に言われています。が、他の協力隊とは少し違った路線を歩むことになりそうなのが、この真弓さんです。

特にこの津南において、真弓さんに



総務課企画財政班  
こばやし よしあき  
小林 義明 主事

は地域ブランド・そばの開発・販売・PR等の支援をすることで津南の農林水産業の活性化を担う活動をしていただいています。

協力隊に応募できるのは、この地域外の人しかありませんが、受けいれる団体や企業のみならずからいろいろな可能性を探っていたきたいと思えます。

興味のある地域や、企業がありましたら、まずはお問い合わせください。

地域おこし協力隊についての  
お問い合わせ先  
総務課企画財政班  
TEL 765・3112

いずれは 自分のお店を持ちたい  
ぜひ食べに 来てください



【かねさま蕎麦（津南駅）の紹介】

- 営業時間／11:00 - 15:00
- おすすめメニュー／蕎麦三昧・天ぷら盛り蕎麦
- 定休日／月曜日・火曜日



NEWS  
02

## 新一年生へ

— 2/2 体操着袋贈呈式 —



↑体操着袋を手にする教育長と町交通安全協会会長の半戸さん、交通センターの富井専務  
子どもたちの事故がないように、入学を楽しみに待つ子どもたちが、安全に通学できるように公益財団法人十日町地区交通安全協会から体操着袋が贈られました。

— 2/2 クリアファイル贈呈式 —



↑塩沢信用組合60周年を記念し、桑原教育長へ手渡す上村常務監事(右)  
子どもたちの学習に役立ててもらえればと、町内の小中学校、新一年生を対象に特製クリアファイルを寄贈いただきました。

NEWS  
03

## とても雪が少ない年でした



2016年2月



2015年2月

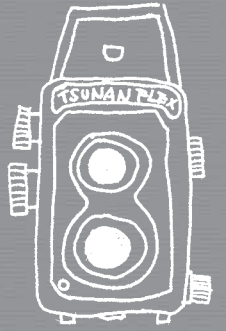
↑2月初旬 昨年と今年の同じ場所 3メートルの雪の中では、電信柱や看板、消火栓にいたるまでのの見事に隠れています。

昨年は役場の積雪計で2月10日に3メートルを超える雪が積もっていたのですが、今年は1メートル以下。約2メートル以上の差がありました。

雪が少ないことで生活面でよかった事もありましたが、その反面、町の中では除雪関係や雪を利用したまつりや、スキー場などでは運営に苦労したりといろいろです。

たまにはこんな年もあっていいのかもしれませんが、とはいえ、ある程度は降ってほしいと思うのは、わがままというものでしょうか。

# つなん まちかど スケッチ



Tsunan Event Sketch.

NEWS  
01

## 「もう少し生きてみようと思えた」

— 2/1 町内在住の涌井勝枝さん 町へ福祉寄付金贈呈 —



↑寄付金を贈呈する涌井さん

「自らが透析患者となり、5年が経過。通院に苦慮していたところに、町が福祉タクシーに委託して透析患者の送迎をする事業が開始されました。大変助かっています。どうしたら、恩返しできるのか。甘えているだけではなく、少しでも負担したい。けっしてお金があり余っているわけではないけれど、自分が助けてもらったように、何か福祉のお役にたてればと、町へ200万円の寄付をいたしました。」町では今後、活用方法について涌井さんの意志を尊重し、検討します。



先輩に続け 未来のオリンピックピックスキーヤー

# 第47回津南町 小学校スキー大会結果

2月7日(日)に町小学校スキー大会が開催されました。  
入賞者をお知らせします。



6年生男子優勝 中沢 瑞規選手



男子リレー優勝 津南小Aチーム  
2位芦ヶ崎小Aチームの追い上げに1.6秒差で逃げ切る



女子リレー優勝 津南小Aチーム  
2走 福島 有紗選手から3走 小野塚優月選手へバトンタッチ

- 男子クラシカル**
- 4年以下2km ①中澤拓斗(津) ②津端英大(津) ③鈴木珠愛(津) ④風巻狂太(津) ⑤保坂航平(上) ⑥湯浅京太(芦) ⑦久保田凌玖(津) ⑧中澤一喜(津) ⑨小野塚涼平(津) ⑩関沢星(芦)
- 5年3km ①井ノ川純平(津) ②半戸琉哉(上) ③津端一徹(津) ④飯塚立夢(津) ⑤藤木陽晃(芦) ⑥桑原彩人(津)
- 6年3km ①滝沢育矢(芦) ②齋喜

- 幸成(津) ③根津明人(芦) ④大島拓斗(津) ⑤石沢朋輝(上) ⑥小野塚聖人(津)
- 3×2kmリレー ①津南小A(津) ②津端一徹・井ノ川純平・齋喜(幸成) ③芦ヶ崎小A(根津明人・石澤広気・滝沢育矢 津南小B(飯塚立夢・藤ノ木剛・小林琉華・芦ヶ崎小B(藤木陽晃・井ノ上祐馬・金子侑磨 津南小C(小野塚聖人・高波仁・小島陽真 津南小G(大島拓斗・涌井魁吏・八重沢連)
- 男子アルペン(大回転)**
- 4年以下 ①島田福仁(上) ②滝澤娃斗(芦) ③清水明彦(津) ④鈴木煌悠(芦) ⑤馬場陽大(津) ⑥関谷翔太(津)
- 5年 ①半戸宝良(芦) ②島田歩

- ③中島悠人(上) ④橋野天々(上) ⑤石澤蛭樹(上)
- 6年 ①中沢瑞規(上) ②涌井翔真(芦) ③羽田圭杜(津) ④涌井悠史(上) ⑤金子大望(芦) ⑥村山健(津)
- 女子クラシカル**
- 4年以下2km ①若井咲月(上) ②鈴木未羽(津) ③村山晏(津) ④桑原由奈(津) ⑤滝沢菜奈(芦) ⑥樋口実夏(津) ⑦中島杏(上) ⑧半戸愛菜(芦) ⑨半戸こころ(芦) ⑩山本心里(上)
- 5年2km ①中島ひな子(芦) ②滝沢来実(芦) ③涌井あや夏(津) ④滝沢夏海(芦) ⑤宮崎菫子(芦) ⑥津端波季(津)
- 6年2km ①小野塚優月(津) ②福

- 島有紗(津) ③山岸芽生(津) ④板場まどか(津) ⑤涌井愛寧(上) ⑥藤原千奈(津)
- 3×2kmリレー
- ①津南小A(山岸芽生・福島有紗・小野塚優月) ②芦ヶ崎小A(滝沢来実・滝沢夏海・中島ひな子) ③津南小B(涌井あや夏・藤原千奈・板場まどか) ④上郷小(若井咲月・涌井愛寧・山田桃華) ⑤芦ヶ崎小B(関沢桃加・宮崎菫子・木内蓮) ⑥津南小E(鈴木未羽・村山晏・樋口実夏)
- 女子アルペン(大回転)**
- 4年以下 ①涌井泉香(津) ②八重沢歩未(上) ③島田海由(上) ④上村花音(津) ⑤小島朋華(津) ⑥粉川舞花(津) ⑦石田彩夏(芦)
- 5年 ①中島由菜(上) ②涌井はなの(芦) ③滝沢円香(芦)
- 6年 ①村山実希(上) ②桑原麻凜(津) ③中村旭(津) ④安藤来那(津)

## 平成27年度

### 全国中学校体育大会

#### 第53回全国中学校スキー大会

in 北海道名寄市

2月2日から6日にかけて行われた中学校クロスカントリーの全国大会に、県の代表として津南中学校からも3人が参加しました。結果をお知らせします。

男子5kmフリー ①若井潤 ②風巻尋翔 ③藤ノ木陽向

暮らしの  
情報満載

# か わ ら ば ん

見て・知って・得をする

## 食まつり&試食会

～町制施行六十周年を祝って～

『未来につながる』津南の『ごっつお』を

テーマに食まつりと試食会を開催します。

■日時 3月15日(火) 正午～午後1時  
(午前11時30分～受付)

■会場 ニュー・グリーンピア津南  
6階オーロラ

■内容 地元「津南」の食材を使った  
創作料理の展示試食会

■参加費 800円(定員35名)

■主催 津南町生活改善グループ連絡会

■申し込み締め切り 3月7日(月)

※定員になり次第締め切り

■お問い合わせ:お申し込み  
役場地域振興課

Tel 765・3115

## 青年国際交流事業に 参加しませんか

内閣府では、日本と世界各国の青年との交流を通して、相互理解と友好を深め、広い国際的視野とリーダーシップを身に付けた次代を担うにふさわしい青年を育

成するため、青年国際交流事業を実施しています。

現在、平成28年度に実施する「国際青年

育成交流」「日本・中国青年親善交流」「日

本・韓国青年親善交流」「東南アジア青年

の船」「次世代グローバルリーダー事業」

「地域課題対応人材育成事業」の参加青年

を募集しています。

■お問い合わせ

内閣府青年国際交流担当

Tel 03・6257・1434

http://www.cao.go.jp/koryu/

または新潟県福祉保健部児童家庭課

Tel 025・280・5214まで。

## 第33回津南町ボランティアの集い・ 津南町ボランティア連絡協議会 総会の開催

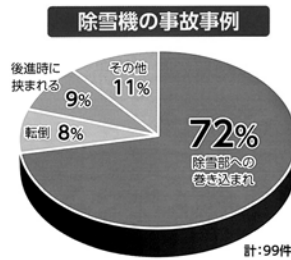
できることに、できることをどんなことでもボランティアさんは縁の下のちからもち!!

現在、ボランティアをしている方、ボランティアをしたいと思っっている方、ボランティアに興味のある方などを対象にボランティアの集い並びにボランティア連

# 除雪機を安全にお使い頂くために

## 除雪機利用中の3大事故と事故原因

出典:(独)製品評価技術基盤機構  
「事故情報データベース」

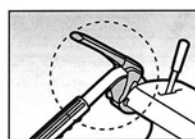


- 除雪部の巻き込み**
  - ・エンジンを停止せずに除雪部に近づく。
  - ・周囲の確認が不足して他者を巻き込む。
- 転倒事故**
  - ・無理な姿勢で作業や機械の移動を行う。
  - ・不注意により足を引っ掛けて転倒する。
- 後進時に挟まれる**
  - ・後進時の周辺確認が十分でない。
  - ・後進速度が速すぎて機械の操作を誤る。

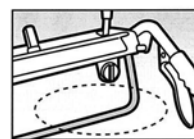
除雪中の事故が起こる原因を知り、正しく使用してください。

## 除雪機的主要安全機構

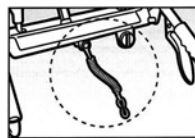
※詳しくは、お使いの除雪機の取扱説明書ご確認ください。



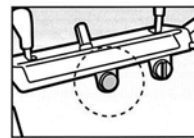
**デッドマンクラッチ**  
現在販売される全ての除雪機に搭載される、クラッチを放すと機械が止まる機構です。



**緊急停止バー**  
バーを押すとクラッチが切れ機械が停止します。



**緊急停止クリップ**  
コードを引き抜くと機械が停止します。クリップを体にかけておけば、機械が離れた時に停止させることができます。



**緊急停止ボタン**  
ボタンを押すと機械が停止します。

安全機構の無効化は非常に危険です。絶対に改造しないでください。

絡協議会総会を、下記のとおり開催いたします。皆さまのご参加をお待ちしております。

■期 日 3月24日(木)

午後1時30分～3時45分

■会 場 津南町社会福祉協議会  
大会議室

■参加費 無料

■内 容 総会、講演会

■演 題 「ボランティアの笑顔が  
つなぐ地域の輪」

■講 師 NPO法人新潟リハビリレク  
リエーションアカデミー

理事長 佐藤 ユリ子様

■お問い合わせ:お申し込み  
津南町社会福祉協議会

Tel 765・3774

※3月14日(月)までにご連絡ください。



## みんなで TSUNAN 編集会議

### 大根つぐらブームが来た!?

町の情報発信の一環として、昨年7月から県内外のメディアや旅行エージェントにむけて「つなん観光ニュースレター」を月に一回配信しています。メディアを通してより多くの方に津南町の情報を紹介したいという狙いです。いつもはイベント情報を中心に配信していたので、

昨年11月に一風変わったネタを紹介してみました。それがワラでつくった大根保存用の雪室「大根つぐら」です。メディアが関心を示してくれるかどうかかわかりませんが、これがウケて全国放送のテレビでもとりあげられました。

大根つぐらは、昨年晩秋に開催した雪国の冬支度ツアーでも参加者の関心が高く、また越後湯沢駅前の人気旅館からは大根つぐらをディスプレイしたいという申し出もありまし

た。住人にとってはさほど目新しくないことでも、外の人にとっては新鮮に感じ、それがニュースになるといこうとを実感します。

「つなん観光ニュースレター」は、町のホームページでも公開していますので、ご覧ください。

津南町情報発信アドバイザー フジノケン



つなGO!プロジェクトのフェイスブックページもあります。みんなで編集会議の様子も随時アップしていますので、いいね!をよろしくお願いします!  
<https://www.facebook.com/tsunagotsunan>

## 地域おこし協力隊だより

みなさん、こんにちは。上郷地区担当の手島です。「いつつも何してらん?」とよく聞かれますが、一番の仕事はお茶飲みしながらいろいろなお話を聞くこと。最近は「お茶飲み、こらっしやい。」と誘われるようにもなってきました。

うれしく、ありがたい気持ちでおじゃますると、あたたかいお茶と一緒に「うち、今なんもないけど、ますあがって。」と、みかん、漬物、おせんべい…次々とお皿やタッパーが並

べられます。別のおうちでお昼ごはんよばれたときは、「ありものしかないけど」と、これまたテーブルからあふれんばかりの多彩なおかずが。おいしい、おいしいといっただと、「そお?なんでもないけど、大根煮たのなんて食べる?」とさらにお皿が。

津南の人たちの「なんにもない」、「ありもの」は、あふれんばかりの「ごっつお」なのです。



# 雪まつり会場への行き方が大きく変わります



5年目のスカイランタンはインターネットでたいへん大きな反響があります。昨年の倍近い問合せを受けており、かなりの数の来場者が想定されます。

昨年の本会場周辺での大渋滞及びシャトルバス遅延を受け、今年度は来場方法など大きく変わっています。次の注意事項をよくお読みください。

## 第40回津南雪まつり

- 実施日 3月12日(土)
- 本会場(ニュー・グリーンピア津南)の主なイベント  
SNOWWAVE(スノーボードのジャンプ競技大会)  
予選 9:00 ~ 決勝 16:30 ~  
スカイランタン 19:45 第1回打上げ 1000個  
20:15 第2回打上げ 950個
- 大割野会場(旧ふれあいセンター)の主なイベント  
ステージイベント 12:30 ~  
露店市 11:00 ~

お問い合わせ 津南町観光協会 TEL.765-5585

ホームページ 「つなん雪まつり」で検索  
または [www.snowfes.info](http://www.snowfes.info)まで



本会場周辺は許可車両以外の乗入れを制限しています。  
送迎のみの車両も乗入れ出来ません。



本会場に入るには、有料シャトルバス(中学生以上往復500円)をご利用下さい。ただし町民の方はシャトルバス乗車券無料引換券により無料で乗車できます。シャトルバスのバス停や乗り方など詳しくは左面の「シャトルバスの運行について」をご覧ください。



多くの駐車場は規制がかかっています。町民向け駐車場として、ひまわり保育園、農協美雪町倉庫、すみれ工房をご利用下さい。お乗り合わせをお願いします。シャトルバスバス停近くの方は、できるだけ徒歩でお願いします。



送迎される場合は、お近くのシャトルバスバス停に、お願いします。帰りの迎車は役場は車両が入れないので、お近くで待ち合わせして下さい。(役場正面玄関前は一般車の乗入れが出来ません)



16時に本会場にシャトルバスでおいで頂いた人を対象に抽選会を行い、当選した人にもみスカイランタン引換券の配布をします。ただし限定700枚です。スカイランタンの購入は1,000円となります。

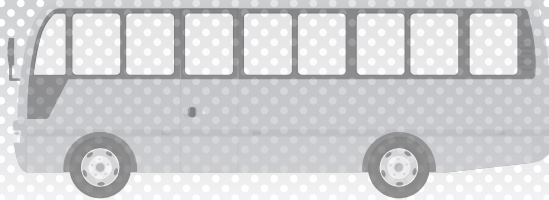


終了後のシャトルバスは、準備できる限りの台数を用意しましたが、最大で数時間の待ち時間が発生すると見込んでいます。防寒対策等を十分に配慮して下さい。お子様だけでのご来場はご遠慮下さい。

日帰りスキーを計画されている方も、入場に制限がかかります。詳しくは観光協会にお問い合わせください。



# シャトルバスの 運行について



津南雪まつりメイン会場（ニュー・グリーンピア津南）へはシャトルバスをご利用のうえご来場ください。シャトルバスは、乗車の際お1人様（中学生以上）500円いただきますが、町民の皆様には1世帯あたり4枚のシャトルバス乗車券無料引換券をお配りします（このページ下部参照）。切り取って当日ご持参ください。引換券がない場合は、有料となりますのでご了承ください。

シャトルバスは下記の臨時バス停に停車します。バス停以外での乗降はできませんのでご注意ください。

## 往 路

【直行バス】メイン会場（ニュー・グリーンピア津南）行き直行バス  
運行時間とバス停は以下のとおりです。

- 7:30 ~ 18:45（15 ~ 30分間隔）津南原地区（源内山集落付近）
- 10:30 ~ 18:45（10 ~ 30分間隔）役場正面玄関前
- 12:00 ~ 13:00（随時）なじよもん、消防署南分署前
- 14:00 ~ 15:00（随時）津南駅、津南中、津南小
- 16:00 ~ 17:00（随時）高橋工務所様前、森林組合様前、津南自動車様前

【巡回バス】各バス停を巡回する巡回バス

12:00 ~ 18:00（30 ~ 45分間隔程度）

- Aルート：役場 - 津南中 - なじよもん - 消防署南分署 - 津南小 - 役場
- Bルート：役場 - 津南駅 - 高橋工務所様前 - 森林組合様前 - 津南自動車様前 - 役場

## 復 路

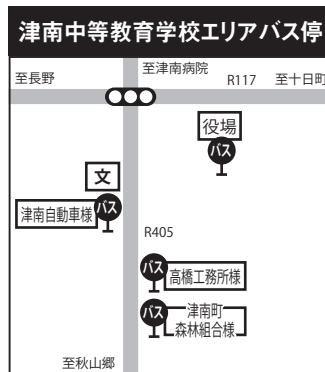
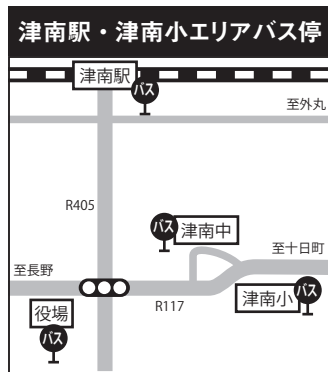
メイン会場から帰りのバスを20時から随時運行します。

- Aルート：なじよもん - 消防署南分署
- Bルート：津南小 - 役場 - 高橋工務所様前 - 森林組合様前 - 津南自動車様前 - 津南駅 - 津南中



この旗が  
目印です！

シャトルバス  
バス停



### 第40回 津南雪まつり シャトルバス乗車券 無料引換券

この引換券1枚でシャトルバス乗車券1枚と引き換えできます。

※この引換券を雪まつり当日に各バス停にお持ちになり乗車の際係員にご提示ください。

※町民の方のみご利用いただけます。  
※平成28年3月12日に限り有効です。

発行：津南雪まつり実行委員長

### 第40回 津南雪まつり シャトルバス乗車券 無料引換券

この引換券1枚でシャトルバス乗車券1枚と引き換えできます。

※この引換券を雪まつり当日に各バス停にお持ちになり乗車の際係員にご提示ください。

※町民の方のみご利用いただけます。  
※平成28年3月12日に限り有効です。

発行：津南雪まつり実行委員長

### 第40回 津南雪まつり シャトルバス乗車券 無料引換券

この引換券1枚でシャトルバス乗車券1枚と引き換えできます。

※この引換券を雪まつり当日に各バス停にお持ちになり乗車の際係員にご提示ください。

※町民の方のみご利用いただけます。  
※平成28年3月12日に限り有効です。

発行：津南雪まつり実行委員長

### 第40回 津南雪まつり シャトルバス乗車券 無料引換券

この引換券1枚でシャトルバス乗車券1枚と引き換えできます。

※この引換券を雪まつり当日に各バス停にお持ちになり乗車の際係員にご提示ください。

※町民の方のみご利用いただけます。  
※平成28年3月12日に限り有効です。

発行：津南雪まつり実行委員長

平成27年 2015

# 町5大ニュースが 決定しました!

昨年末に募集した町5大ニュースにたくさんの応募をいただきありがとうございました。お寄せいただいた中から、1番多かったものに5点、2番目に4点と点数をつけさせていただき、2015年の5大ニュースが決定しました。

- 1位 80点 大地の芸術祭
- 2位 70点 町制施行60周年
- 3位 50点 外丸小学校閉校  
中津小学校閉校
- 4位 47点 町議会議員選挙
- 5位 18点 北陸新幹線開業  
18点 ファミリーマート  
JA上郷店開店

項目当てクイズの正解をお知らせします。1位から5位まで全ての順位を正解したかたは惜しくもいらっしゃいませんでしたが、項目を全て当てたかたが6人もいらっしゃいました。正解されたかたに豪華な粗品（笑）を贈呈いたします。お楽しみに!



- 3年に一度の大地の芸術祭が堂々の1位を獲得。今回は旧上郷中学校を改修し、今まで体育館や教室だったところに、舞台装置やカフェレストランスペースを設け、下宿しながら稽古や舞台での発表。さらには住民との交流スペースも併設され、生まれ変わった上郷クローブ座。そして町の中心部では、旧富田屋旅館を改修し作品展示を行うなど、広い妻有地域を周遊する際の基点作りが行われ、過去最大の入れ込み数でした。
- 津南町が誕生してから60年経ったのを記念して数々の催しが開かれました。前・女性活躍担当大臣有村治子さんをお招きして子育て社会についての講演会を開いたほか、11月3日には60周年を記念した式典を行いました。
- 3月に閉校した外丸小学校と中津小学校。どちらも140年あまりの歴史をもった伝統校でした。4月からは津南小学校と一緒に、子どもたちは新たな一歩を踏み出しています。
- 昨年10月に行われた町議選。議席を2つ減らして定数14となった一般議員選挙。定数を一つ超えて選挙戦となりました。新人の半戸義昭さんを含めた14人が新たな津南町議会議員となりました。
- 第5位は同票で北陸新幹線とファミリーマートJA上郷店の開業が入りました。新しい交流人口増が期待されるどころです。



# ＋ 病院歳時記

## 救急車を呼ぶ前に

外科外来看護師 反り目美穂子

消防庁によると、全国の救急出動件数は毎年増加しており、約54秒に一回は出動している計算になるそうです。原因としては「高齢者の傷病者の増加」などが挙げられる一方、「明らかに軽症と思われる傷病者の増加」や「交通手段がないため要請する傷病者の増加」など不適切利用の増加も挙げられています。救急車で搬送された患者の約半数は入院を必要としない軽症者、という現状だそうです。不適切利用理由例として、「たいたいしたことないが念のため」「交通手段がないのでタクシー代わりに」「病院の場所がわからないから」「無料だから」などがあります。

救急車を呼ぶべき症状は、意識がない・麻痺が発生した・痙攣が止まらない・冷汗の多いような強い胸痛や腹痛が続く・著明な呼吸困難・大量吐血・広範囲の熱傷・大量の出血を伴う怪我などです。救急車を呼ぶべきか迷ったときは、「新潟医療情報ネット」の活用や医療機関への電話相談をし、緊急性がない場合は自家用車やタクシー・介護タクシーを利用するようにしましょう。

Annuity corner

## 年金コーナー

### 確定申告前にご確認ください

「控除証明書」「源泉徴収票」が年金機構からみなさんのところへ発送されています。これは確定申告の際に必要な書類です。紛失等でお手元に見当たらない場合は、年金事務所または専用ダイヤルまでご連絡いただき、再発行の手続きを行ってください。

年金事務所にお出かけの際は本人確認できる免許証などと、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。もし、自分以外の人の再発行で年金事務所へ行く時は委任状が必要です。様式は役場にありますがのご相談ください。

なお、年金事務所内は証明により窓口が分かれていますので、来所の際は入り口で確認ください。



#### 【お問い合わせ】

・六日町年金事務所

Tel 025・716・0800

(控除)

Tel 025・716・0802

(源泉)

(控除証明書用ダイヤル)

Tel 0570・058・555

※050から始まる電話でおかけになる場合は

Tel 03・6700・1144

(源泉徴収票用ダイヤル)

Tel 0570・05・1165

※050から始まる電話でおかけ

になる場合は

Tel 03・6700・1165

## 議会コーナー



### <実施された行事>

- [1月]
- 20日 教育委員会との懇談会  
(総文福祉常任委員会)
- 22日 栄村議会議員との懇談会
- 25日 農業委員会・JA津南町との懇談会  
(産業建設常任委員会)

- [2月]
- 5日 全員協議会
- 19日 一般質問締切

### <今後予定されている行事>

- [2月]
- 23日 津南地域衛生施設組合議会定例会
- 24日 議会運営委員会
- 26日 十日町広域事務組合議会定例会
- 28日 新潟県後期高齢者医療広域連合議会

- [3月]
- 2日~22日 第1回定例会
- 10日 総括質疑締切

## 健康体づくり100日運動

毎月10日までに100日運動カードを提出いただいた方を、このコーナーで紹介いたします。(敬称略)

- 5100日 藤ノ木キミ(堂平)
- 4800日 中村チエ子(堂平)
- 1400日 大倉敏雄(小下里)
- 900日 渡辺秀子(正面)
- 600日 石橋俊治(割野)
- 300日 福原幸子(外丸)
- 200日 反り目政代(中深見)、中澤テン(中深見)、  
涌井直治(段野団地)



主な運動:テレビ体操、健骨体操、ウォーキング、水中運動他

こんにちは

# 地域包括支援センターです

津南町地域包括  
支援センター  
765-5455

## その電話、そのもうけ話、本当に大丈夫ですか？

### 悪質商法・詐欺にあわないために

全国の消費生活センターに寄せられる高齢者からの相談は年々増加しています。「私はまだまだ元気だから大丈夫」「狙われるのはお金持ちだけ」などと油断してはいませんか？

被害にあった人の多くが、「自分は大丈夫だと思った」と言っており、その油断が危険なのです。

この辺りの地域では、訪問販売よりは電話勧誘の方が多いようです。「私は大丈夫！」と思っけていても、実際に電話がかかってきたら、誰だっけて動揺してしまいます。

相手は、この心の動揺につけ込んできます。日頃から手口を理解し、心の準備をしておきましょう。

### 高齢者は誰もがねらわれています

残念なことですが、高齢者の皆さんは誰もがねらわれています。

高齢者の被害の特徴には次のようなことがあります。

#### ■日中家にいる

一人暮らしのかたはもちろん、家族と一緒に暮らしているても、日中は一人で留守番をしているという人も多くいます。悪質業者はその隙をねらい、電話勧誘をします。

#### ■老後のお金の不安につけこまれる

ほとんどの人が感じているであろう「老後の資金は足りるかな…」という不安を利用し、もうけ話をしてきます。「孤独」がだまされやすくする

被害が特に深刻なのが、一人暮らしのかたや近所づきあいが少ないかたです。相談できる人が身近にいないため、だまされやすくなってしまうようです。



### 日頃からの心構えを！

だまされないポイントをいくつか紹介します。

#### ■セルスの電話は「いりません」とはっきり断って切る

「大丈夫です」「結構です」などの、あいまいな返事は禁物です。相手は、イエスととらえ、商品を送りつけてくる可能性があります。

#### ■「うますぎる話」は疑ってかかる

「絶対にもうかる」「後で高値で買い取る」などの、うますぎる話は詐欺を疑いましょう。

#### ■どんな電話を受けても、あわてず冷静に

「交通事故を起こした」「借金の取り立てで監禁されている」などと言われ、あわててしまえば相手の思うツボです。冷静に相手の話を聞きましょう。

#### ■契約の前には必ず誰かに相談を

高額な契約をするときは絶対に一人で決断せず、必ず家族や友人などに相談しましょう。

#### ■お金を振り込む前には必ず誰かに相談を

どんな理由であっても、誰かから「お金を振り込む前には必ず誰かに相談を」

金を振り込め」「お金を送れ」と言われたら、払う前に必ず家族や友人、警察などに相談しましょう。

#### ■警察・行政機関・銀行の名前を出されても安易に信用しない

必ず一度電話を切って、相手の団体の代表番号を調べて電話で問い合わせましょう。



### その電話にご用心！

何度聞いても役に立つ消費者被害のお話

回覧でご覧になった方もいると思いますが、今回のテーマについての講話を予定しています。十日町市の消費生活相談窓口で、実際に相談を受けている相談員さんのお話です。関心のあるかたは、ぜひ足をお運びください。

2月26日(金) 午後1時30分  
津南町文化センター3階和室



はい  
保健師  
です



今月は  
星名由紀子  
保健師

「子どもの自己肯定感」  
～あなたのままで、だいじょうぶ～

皆さんは「自己肯定感」と言う言葉を耳にしたことがありますか。最近、この「自己肯定感」が低いことから引き起こされる様々な問題が、テレビや新聞などで取りざたされるようになりました。

「自己肯定感」とは、「自分の長所も短所も含めて、自分を受け入れ、また受け入れられていて、ここにおいてよいのだという思い」と言われています。

この感情が低い人は自分に対しての評価が低く、自信がないために自分の意見を言えなかったり、人を思いやる気持ちの余裕がなくなります。反対に、この感情が高い人は情緒が安定し、自信や意欲が持て、物事につまづいても強い心で柔軟に対応できると言われます。

2015年8月に発表された「経年比較にみる高校生の生活と意識」調査報告

書によると、日本の高校生の72%が自分をダメな人間だと思っことがあり、他国に比べて高い割合になっていました。どうしたら、『自分の全てを大事に受け入れられる』ように育つのでしょうか。

「自己肯定感」は、生まれて間もなくの頃から、成長する上で受ける周りからの声かけや行動でつくり上げられます。子育て中は忙しく、子どもに向き合う時間が持てないというかたも多いと思います。しかし幼少期の接し方は、子ども

の人生に大きく影響を与えます。少しずつでも、いつもの会話に次のような声かけをプラスできるとよいですね。

「接し方 5つのキーワード」

- (1)認める「よくがんばったね」「〜ができたね」：結果と「努力」を認めると次の挑戦につながります
- (2)共感する「つらかったね」「うれしいね」：気持ちを受容された安心感を持てます
- (3)励ます「もう少しだね」「一緒にやってみよう」：ひとりではできなくても、応援されることで勇気をもらえます
- (4)なぐさめる「だいじょうぶだよ」：不安な気持ちを受け止めてもらえ、心強さを感じます
- (5)感謝する「〜してくれてありがとう」：心を含めて感謝の気持ちを伝えると、子ども自身も感謝を学び、人間関係に活かされます

## 健康づくり ア・ラ・カルト

健康で長生きしたい!!

秋成 福原 美恵さん

私は山梨県出身です。「子どもを自然豊かな津南町で育てたい」との考えから、長女の小学校入学時に主人の実家がある津南町に、親子で帰ってきました。

津南に帰ってきて今年で13年目になります。現在、週一回水泳教室と筋トレをする為、クアハウス津南に通うことと、津南に来てバレーボールチームの『苗場クラブ』に入り、週二回のバレーボールを楽しんでいます。

リハビリとして水泳に取組む。しかし、6年前バレーボールの練習中、膝の靭帯を怪我、手術をしました。術後のリハビリとして水泳を選びました。それまで平泳ぎしか泳げず、クロールが泳げるようになりたいと、他の水泳教室に通った事もありましたが、結局泳げないまま辞めてしまっていました。怪我で平泳ぎがNGとなり、今回は絶対クロールが泳げるようにという思いで、クアハウス津南に通い始めました。良い指導のお陰でクロールが泳げるようになりました。

「継続は力なり」少しずつですが泳げ

かっこよくクロールで泳ぐ!!福原さん♡



マシンを使ってトレーニングに励みます♡♡♡





### 『総力取材 人口減少に立ち向かう市町村 (シリーズ田園回帰 2)』

『季刊地域』編集部／編 農文協

自治体の政策と地域住民の動きの両面から徹底的に掘り下げる。

昨年行われた、5年に一度の国勢調査の人口速報が発表になりましたね。津南町は、平成27年10月1日現在で1万34人となっています。また、新潟県内の「人口減少率の大きい市町村」として津南町が4位と発表されました。津南町の人口が1万人を切る日がある、すぐ来ようとしています。この人口減少という課題は、全国の市町村が共通して抱えているものであり、そのほとんどどの市町村で対策をしています。しかし、対策は非常に難しく、歯止めがかかった市町村はほんのわずかです。今月の1冊では、その人口減少を食い止めた市町村の対策や、食い止めてはいないが全国から注目されている市町村の取り組みをまとめた本を紹介いたします。対策としては、大きく分けて4つあるそうです。1つ目は「魅力的な子育て

環境をつくる」、2つ目は「地域おこし協力隊の力を生かす」、3つ目は「農家を育て、地域に溶け込ませる」、4つ目は「地元出身者との関係を強める」、以上の4つの戦略が重要なのだそうです。そして、成功している地域は、自治体の職員だけでなく、住民も積極的に活動しているという特徴があります。人口減少に歯止めをかけるためには、住民一丸となって頑張らなければならぬのです。

では、一人一人が何をすればいいのでしょうか？「島根県邑南町おのなん」の取り組みの一つに、「親の楽しい姿をみせること」というものがあります。簡単ですが、これこそ子どもたちが地元を好きになる秘訣なのだそうです。親だけでなく近所の大人の姿も子どもは見えています。

「雪」があるから「水」が綺麗でおいしいのです。「都会」は華やかに見えても、影の部分が多くあります。津南町の人口減少に歯止めがかかるよう、一人一人が津南町の良い面を知り子どもへ伝えられるといいですね。

紹介した本は、シリーズとなっております。全8巻刊行予定です。図書室でぜひ手に取ってみてください。

## 1月の新着図書

### 【大人の本】

- 受験改革は始まっている  
『2020年激変する大学受験！』  
西川純／著 学陽書房
- もっと自由にもっとおしゃれに  
『モダンキルトスタイル』  
市川直美／編 グラフィック社
- 人情にあふれる小説  
『居酒屋ぼったくり』  
秋川滝美／著 アルファポリス

### 【子どもの本】

- 「第8回えほん大賞」ストーリー部門大賞  
『なくしものくじら』  
初田たくみ／著 文芸社
- 遊び心満載の地獄絵本  
『オニのサラリーマン』  
富安陽子／著 福音館書店
- オラフが大活躍  
『アナと雪の女王 オラフはスーパースター！』  
エリカ・デイビッド／文 KADOKAWA

その他、寄贈本も含め131冊が新着となっております。



### 古本市

利用者の皆さんに本を無料で提供する古本市を、今年も下記の日程で開催します。本がなくなり次第終了となります。

- 日時 3月23日(水)～3月27日(日)
- 平日 午前9時～午後6時
- 土日 午前8時半～午後5時
- 場所 町文化センター1階ホワイエ

### 貸出ランキング

津南町公民館図書室で過去3か月間に多く貸し出された小説を紹介します。

#### ○1位 (10回貸出)

『プラスの魔女』東野圭吾／著

KADOKAWA

#### ○2位 (9回貸出)

『東京零年』赤川次郎／著 集英社

#### ○4位 (8回貸出)

『豹変』今野敏／著 KADOKAWA

#### ○5位 (7回貸出)

『総理にされた男』中山七里／著 NHK出版

#### ○5位 (7回貸出)

『呪文』星野智幸／著 河出書房新社

『孤狼の血』柚月裕子／著 KADOKAWA

『望郷』湊かなえ／著 文藝春秋

『となりのセレブたち』篠田節子／著 新潮社

新潮社

なお、ランキングは津南町公民館図書室のHPからご覧いただけます。

書室のHPからご覧いただけます。

### 《休館日》

2月29日(月)・3月28日(月)



短歌

砂丘

晩秋の寒き雨の日民宿の

開業むかえ心熱くす

朝方から見る間に積もる湿った雪

力をこめてスコップで掬う

耳鼻の検査を嫌がる泣き声に

待合室の児らも泣きおり

今日の雪天と我との空間を

埋めるがに白き点黥し

西日射す進学塾の窓の内

若きら学ぶ真剣な目に

冬を越し細き緑の葉の伸びて

島らつきようの鱗茎育つ

枕辺でいつも読みあひる彼の女の

孤高のうたの奥底に逢ふ

木枯しに山茶花の花一面に

芝生の緑を赤く染めたり

内職の一針つつの綴り縫ひ

吾の人生の歩みの如し

縁側の手摺に吊し乾きゆく

大根スイキ甘き香放つ

同じ年に学びを卒へし同級生

集ひて語る今宵の宴

漢和辞典の札と札とが同じく見え

老眼鏡にルーペ重ねる

夢いくつ心にたたみ五十年

子らに囲まれ新年迎ふ

聳え立つ塔を支ふる心柱

その根わづかに浮けるさま見す(東寺)

山本 光一

津端 恵子

貝澤 圭子

関谷 郁子

恩田久美子

丸山 直子

小野寺恒代

高橋 春枝

内山 キク

麻績 初恵

滝沢 勝枝

風巻 京子

鈴木 綾子

萩原 光之

俳句

長生学園

一日の疲れとらむと湯に浸かる

何も忘れて今日も暮れゆく

風吹きて花びら舞い散る花桃の

頃を思い雪降るを見る

枯木に花吹かせしごとき初雪に

昔話を思ひ出したり

個人

豪雪の津南今年は雪少し

新年会も華やかなりき

岩すげ俳句会(一月)

時計裏何の夢見て越冬蛾

築百年無住の家の雪囲

読初の拵げしままにまじろみぬ

夫の留守一人の幅の雪を掻く

洗顔や一気目覚む寒の水

燻りみてどつと火を吹くどんどかな

誰を待つでもなし年の改まる

洗車する予報外れの冬日和

志望校言はず年玉拝み受く

老いてなほ笑顔ののこる初鏡

冬の夜尿意に耐へて明る待つ

冬ごもり積みおき本のうれしくて

根深汁口先だけは老いもせず

お抹茶のもてなし嬉し初句会

山の端に初日燦めく越の里

富沢 キミ

柳沢 チヨ

島田 眞之

グループホームひまわり  
清水 貞子

守人

酔花

芳司

れい子

房良

冬詩子

渡舟

千年雄

千原 貞

美月

東川

壽子

信夫

Pen Relay

私が夢中になったもの

—— 大島 葉月さんから

紹介する本

化物語

西尾維新 / 著 出版社 / 講談社

ふじた 藤田 春菜さん (十日町)

私が今回ペンリレーの題材にしたのは、西尾維新先生の作品である「化物語」です。

もともと西尾維新先生のさまざまな作品を読んでいたので、中でも物語シリーズが、私が一番引き込まれた作品です。物語シリーズは全作品が好きなのですが、代表して「化物語」について書こうと思います。

「化物語」は、物語シリーズの一番最初の作品です。平凡な主人公、阿良々木磨が、突然出会った不思議な少女、戦場ヶ原ひたぎと現実にはありえないような出来事に巻き込まれ、ミステリーのような日常を繰り広げるといふ内容です。

不可解な内容が多いけれど、仲間との友情や愛情、物語の内容の深さなどに引き込まれて、とてもおもしろい作品です。

私からぜひおすすめしたい作品の一つです。

次は、響平さんをご紹介します。



for women's health

# 3月1日～8日は 「女性の健康週間」

## 生活習慣を見直しましょう。

健康な生活を送るために、食生活・運動習慣・睡眠や休養がポイントになります。

○一日三食栄養バランスの良い食事としましょう。

女性は閉経後、ホルモンの影響で骨密度が減少したり、コレステロール値が高くなったり生活習慣病のリスクが高まります。これを予防するためには、日頃から栄養バランスに気をつける必要があります。

最近の研究では、若い女性や妊婦の低栄養が、その子どもの将来の生活習慣病（高血圧・糖尿病など）のリスクを高めるとの見方があります。妊娠中だけでなく、妊娠する前からの適切な食生活の確保が、将来の子どもたちの健康にとって大切であることを理解し、適正体重の維持とバランスのとれた食生活の確立を目指しましょう。

○適度な運動を心がけましょう。  
運動によってノルアドレナリンやドーパミンなど脳の神経伝達物質の働きがよくなり精神的にもリフレッシュすることができます。

また脳が活性化することで認知症予防の効果もあることが知られています。こまめに動く、速足で歩く、ストレッチをするなど日常の中で無理なく続けましょう。

○睡眠・休養を取りましょう

一日の体の疲れ、脳の疲れをとるために睡眠はとても大切です。

睡眠時間は高齢になるほど短くなりますが、個人差がありますので、朝気持ちよく起きられるか否かが十分な睡眠がとれているか目安の一つです。授乳や介護で夜間まとめて眠れないかたは、午後三時頃までに昼寝をすると効果的です。

## 女性特有のがん

定期的な検診で自分の体を守りましょう。



がん検診  
めざせ受診率50%超

○乳がん

＜40歳から2年に1回検診を！＞

乳がんにかかる方も年々増えていきます。20～30歳で診断されるかたもいます。30歳から自己チェックをし、40歳からがん検診を忘れずに受けましょう。

○子宮がん

＜20歳から2年に1回検診を！＞

子宮頸がんは、仕事をもち、また女性として出産を予定したり、妻として子供や家族に責任を負っている20～30歳の女性において年々発症率が増加しており、20～30歳では一番発症率が高いがんです。



「女性の健康週間」は、平成19年4月に策定された「新健康フロンティア戦略」において、「女性の健康週間」が柱の一つに位置付けられました。女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援するために創設されました。「女性の健康週間」をきっかけに女性の健康を見つめ直していただければと思います。

## 女性のからだは女性ホルモンの影響を受け変化していきます。

女性の一生は、女性ホルモンの影響を受け、ライフサイクルのそれぞれ健康課題の特徴が異なります。

思春期は食生活の乱れ（偏食、無理なダイエットなど）や性感染症、人工中絶などがあげられます。この時期は女性ホルモンが活発に分泌され、初潮を迎えます。心身の状態が不安定な時期です。ダイエットへの関心が高く無理な食事制限によるダイエットは月経異常や将来骨粗しょう症などにつながりやすくなります。

成熟期（20～40歳代前半）では、子宮筋腫や子宮内膜症、女性特有のがん（乳

がん、子宮がん）などの病気になったり、妊娠出産や出産を経験し育児ストレスもあります。女性ホルモンの分泌がピークに達し、卵巣や子宮が成熟します。妊娠・出産のための機能が安定する一方で、この時期は子宮や卵巣の病気にかかりやすい時期でもあります。定期的に検診を受けることをおすすめします。仕事や家事、結婚や出産、育児などライフイベントが忙しい時期でもあり、ストレスも多いです。息抜きや自分にあったストレス解消法を見つけてみましょう。

更年期は、更年期障害や骨粗しょう症、生活習慣病などがあり、これらは女性ホルモンが次第に低下することからだに様々な不調が表れてきます。

このように、女性の体は、女性ホルモンの影響で大きく変化します。女性ホルモンは非常に繊細なもので、一生の間に分泌される量はスプーン1杯ほどといわれていてストレスや生活習慣によって簡単に乱れてしまいます。それが原因で体に不調をきたし、最近では妊娠しにくい体になることも問題視されています。



# Tapでいこう!!



## 平成28年度Tap会員募集

今年は少雪で暖かい日も多く、津南にも春が少しずつ近づいてきています。

Tapではこの度、平成28年度の会員を募集します。地域の皆さん一人ひとりが生き生きと健康でいられるように、運動教室や文化活動を通じてお手伝いをしていきます。

また、子どもたちの放課後活動支援や、若者も参加できるイベントを計画しています。津南町の皆さんが、笑顔で過ごせるようにTapも頑張ります。

詳しい内容は3月5日号で配布する「Tapでいこう!!」をご覧ください。



昨年の優勝は9分07秒（積雪210cm）「遊友会」が3連覇を達成しました。

## 春を呼ぶー第5回Tsunan豪雪地面出し競争参加者募集

Tap恒例のイベントとなりました「豪雪地面出し競争」を今年も開催します。雪の恵みを感じ、さらにグラウンドへ一足早い春を呼びましょう。当日は地面出し競争の他に予選も追加し、より楽しめる企画となっております。どなたでも参加できますので、みなさんの挑戦をお待ちしています。

■日時 3月20日(日) 集合9時30分

■会場 津南中学校グラウンド

※少雪により会場や内容が変更になる場合がございます。

■対象 子どもから大人までどなたでも

■部門

①一般の部（中学生以上）

②ファミリーの部（小学生2名を含む）

■表彰 各部門1位から3位まで表彰

■参加費 1チーム3,000円

■申込み

3月10日(木)までにTap事務局へ  
電話またはFaxでお申込み下さい。

■その他

- ・参加者はレクリエーション保険に加入します。
- ・申し合わせ事項等は申込み時にお知らせします。

Tap事務局  
【TEL】765-5776  
【Fax】765-3596

## 津南石造物散歩

225

つまり石仏の会

文責 桑原和位

### すべての豊穡を司る道祖神

石仏探訪で、道端に男女睦まじく寄り添う浮き彫りの道祖神に出会うと、探訪の楽しみが倍増します。

十数年も前のことですが、津南町の道祖神を探し求めて集落の古老を訪ねました。石仏の「ドウソジン」を探しているのが教えてくださると尋ねても、話が少しも通じません。その日は「オカネサマ」や庚申信仰について教えてもらって帰宅しました。後日、祝言像の写真を持って再度訪ねお願いしました。写真を見るなり、これ「ドウロクジン」だ。「ドウラクジン」とも言うよと話され、たくさん教えて頂きました。

津南町には浮き彫りと文字の彫られた碑を合わせて38体の道祖神が建立されています。

浮き彫りの道祖神は、男女の神が徳利や盃を持つか、酒を飲み交わしている像容（祝言像）のものや、肩を抱き合い、手をつなぐ像容（肩組み像）があります。隣接の松ノ山や田沢地区には、抱擁するか、キスをしている像容（抱擁像）があります。

地域を中越地区に広げてみますと、もつともつと多様な像容の道祖神が建立されており、男根、女陰、丸石なども「道祖神」と呼ぶ地域がありますから、道祖神の像容は多種多様です。

古老の「ドウロクジン」談によりすると、

道祖神の建立された場所は、昔はムラの境を守り疫病神や悪霊の侵入を防ぐためにムラ道の境や三叉路、峠などの道の端に建立されていました。そこが子どもの遊び場でもあったとのこと。

ほかムラからの嫁娶は婚家の玄関をまたぐ前にムラの道祖神をお参りしなければならぬ風習があったとも話され、面白おかしく話題が拡大進行してゆきました。そのなかの一つに、子どもを授かるためには、ムラ人に見つからぬよう夜中に二人で道祖神をお参りし、子授けや安産を願えば間違いない成就することや、子孫繁栄も約束される神様であると話され、信仰の大切さ強調されました。いまになって信仰儀礼で具体的に何をお供えし、どんな儀礼のお参りをしたのかを聞きそびれてしまったことを残念に思っています。

道祖神信仰は、実際には疫病神であり、厄除けの神、作の神、道の神、旅人の守護神、性の神で縁結びの神、和合の神、子授けの神であるなど、その神格や機能はきわめて複雑であるようです。

道祖神（祝言双体像）



津南町 大場



# 農業委員会窓

## 農業者年金に加入しませんか

農業者の皆さん。老後の備えは十分でしょうか。農業者平均寿命は男性87歳、女性92歳といわれています。長い老後に備えて、国民年金だけでは足りないお金を農業者年金に加入して補いましょう。

農業者年金には、税制上の優遇措置のほか、保険料の国庫補助（要件あり）などの特典があります。

農業者年金に加入して老後の生活に備えませんか。

### — 農業者年金の特徴 —

その1

少子高齢時代に強い年金

自分が積み立てた保険料とその運営益により将来受け取れる年金額が決まる積立方式の年金です。

その2

終身年金で80歳まで保証

年金は生涯支給されます。しかし、仮に加入者・受給者が80歳前に亡くなった場合でも、死亡

した翌月から80歳まで受け取るはずであった農業者老齢年金の現在価値に相当する額が、死亡一時金として遺族に支給されます。

その3

税制上の優遇措置

支払った保険料は全額が社会保険料控除の対象になります。支払った保険料の15～30%程度の節税になります。

その4

保険料を自由に設定

自分が必要とする年金額の目標にむけて、月2万円から6万7千円の範囲内で千円単位で自由に選べます。

その5

国の補助があります

認定農業者等一定の要件を備えた意欲ある担い手には、保険料の国庫補助があります。

### ■ 農業者年金のお問い合わせ

津南町農業委員会  
Tel 765・5583

## 大地に生きる



山岸 直人さん（28歳） 正面

就農8年目で、水田（種子）2.2haと肥育2,200頭、母豚95頭の養豚農家です。成育成績のアップを目標にがんばっています。

## 地域農業の未来を描く 人・農地プラン

国は、今後の地域農業は、集落や複数の集落からなる地区などを単位として農業者が直接話し合いの場を持って、地域農業の将来像を描いていくことを推進しています。

津南町では、地理的条件や出入り作が進んでいるため全町を単位とした「人・農地プラン」をアンケート調査結果などを基に作成しています。

この人・農地プランには、今後の地域農業のあり方や、地域の担い手が掲載されています。掲載されている方は、認定農業者を中心に、農業生産法人や認定新規就農者、経営規模は小さく

ても、地域の担い手として期待されている方々です。

この人・農地プランをご覧になりたい方は、役場地域振興課で縦覧できますので、お問い合わせください。

また、今後の地域農業を検討し集落ごとの詳細な将来像を描くことが重要になります。農家を集めた話し合いの場を持ちたい集落は、地域の農業委員または、役場地域振興課までお問い合わせください。

### ■ お問い合わせ

津南町地域振興課農林班  
Tel 765・3115

## 農業委員会の主な動き

〔実施された行事〕

〔12月〕

25日 第18回総会

〔1月〕

25日 第19回総会

J・A・議会懇談会

〔2月〕

16日 家族経営協定調印式

〔今後の行事予定〕

〔2月〕

25日 第20回総会

〔3月〕

25日 第21回総会

## 全国農業新聞を購読しませんか

めまぐるしく変わる農政情報を分かりやすい紙面で毎週金曜日にお届けします。

購読料 1カ月 700円(年間8,400円)

★お申し込みは、津南町農業委員会 (Tel 765-5583)





## エコロジーパウダー

今年は、消雪となっていますが（2月上旬現在）、皆様いかがお過ごしですか。

さて、今回は重曹やセスキ炭酸ソーダを使った「万能エコロジーパウダー」を紹介します。お試しください（\*^^\*）

※ただし、どちらもアルミ製品には使用できませんのでご注意ください。

### \*重曹\*

#### 《鍋のコゲ落とし》

重曹と数カップの水を入れ、しばらく煮たて数時間放置するとコゲつきが浮かび上がってきます。

#### 《冷蔵庫・レンジ・流し台回りなどの汚れ落とし》

水1ℓに重曹大さじ2～3杯を入れた液体をふりかけ布巾等で拭き取ります。

汚れがひどいときは、ペースト状にしたものをスポンジにつけて磨いてください。

茶シブが付いた茶碗も、同様に磨くときれいに落ちます。

ガラスコップの水あかは、ラップを丸めて重曹をつけたもので磨くとピカピカになります。

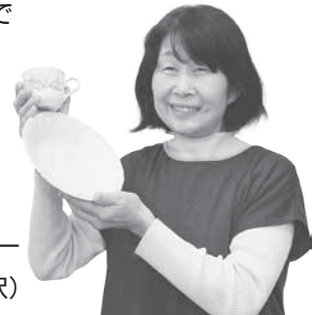
#### 《消臭効果》

匂いの気になる、冷蔵庫・下駄箱・トイレなどには、重曹を器に入れて置いておくだけで消臭効果があります。

#### \*セスキ炭酸ソーダ（アルカリウォッシュ）\*

#### 《レンジ回りの油汚れ・血液の汚れなど》

絨毯についたペットのシミなども、このソーダ水を作って絨毯になじませスポンジで吸い取るときれいになります。量販店等でも販売しています。



農村地域生活アドバイザー  
滝沢 綾子（赤沢）



グリーンシーズンは雑木が繁って行きづらいが雪上なら最短距離で



カモシカ

結東にある、萌木の里の裏側には、細かな柱状節理の発達した岩壁がそびえています。この岩壁は、約80万年前に噴火した鳥甲山の溶岩でできています。この溶岩は前倉溶岩とも呼ばれ、鳥甲山の3回の噴火活動のうち、最初の噴火で噴出したものです。

### ジオサイトNo.20 結東のシシ穴

## ジオサイトを 探検し隊！

メンバー募集中

3月の雪が締まったところには、スノーシューを履いて岩壁まで近づくことができます。縦の溝のようなものは、雪崩によって削られた跡です。  
シシ穴の「シシ」とは「アオジシ（カモシカ）」のことで、カモシカのねぐらがあることからこの地名がついたそうです。  
なじよもんでは、毎年3月にスノーシューでシシ穴を訪れるカモシカウォッチングツアーを行っています。詳しくは、なじよもんまでお問合せください。  
尚、岩壁の真下は落石の危険性が高く危険です。訪れる際は、十分に注意してください。



岸壁をよく見ると

■お問い合わせ  
ジオパーク推進室(なじよもん) TEL765-1600



# 戸籍の窓

おめでとう  
おさいます (出生)

- 小島 凧人(大割野) 大輔さん 奈智さん
- 瀧澤 鈴 (大井平) 学さん 恵さん
- 石澤 小春(駒返り) 祐樹さん あい子さん
- 宮澤 杏奈(卯之木) 嘉彦さん 良美さん
- 藤木 峻介(大井平) 博さん 恭子さん
- 鈴木 希愛(船山新田) 壮生さん ジェネットさん
- 村山 莉子(長岡市) 洋樹さん  
大河(長岡市) 舞さん

すえながく  
おしあわせに (結婚)

- 小幡 剛さん(大割野)
- 桑原 優子さん(貝坂)

おくやみ  
もうしあげます (死亡)

- 小島 虎勝さん (88歳・芦ヶ崎)
- 津端 保則さん (52歳・割野)
- 桑原 忠明さん (78歳・正面)
- 瀧澤 照子さん (78歳・巻下)
- 藤木 喜八郎さん (97歳・岡)
- 大塚 マサイさん (100歳・大割野)
- 桑原 寅松さん (89歳・反里口)
- 関谷 豊作さん (100歳・赤沢)
- 大倉 一榮さん (104歳・小下里)
- 藤ノ木今朝壽さん (88歳・太田新田)
- 板場 シゲノさん (94歳・辰ノ口)
- 田中 リセさん (92歳・中深見)
- 篠原 トイさん (105歳・外丸)
- 鈴木 イサさん (95歳・船山新田)
- 桑原 久治さん (89歳・十二ノ木)
- 瀧澤 洋子さん (88歳・大割野)
- 増田 ハルイさん (89歳・宮野原)

## ●第6回 Myコレクション展

会期 / 2月6日(土)~ 3月6日(日)

入場料 / 無料

ミニチュア学校編・日本刀・おもしろ蛇口・煙管・ボタンなど、様々なジャンルのコレクションが集まり、子どもから大人まで楽しめる展示会です。展示されている25種類のツムツムで遊ぶことができます。



ツムツムコレクション

## ●カモシカウォッチング

日時 / 3月21日(月) 9:00 ~ 15:00

体験料 / 800円

定員 / 8名(要予約)

対象 / 小学校中学年以上

カモシカに会いに秋山郷へ出かけましょう。冬のカモシカは、モコモコと愛らしい姿です。スノーシュー初心者の方にも、はき方・歩き方を指導します。



冬のカモシカ

## ●第2回苗場山麓ジオパークガイド認定検定(初級)

日時 / 3月26日(土) 13:30 ~ 14:30

会場 / なじよもん

検定料 / 無料

申込締切 / 3月10日(木)

「苗場山麓ジオパークガイド」として活躍したい方なら、どなたでも受けられます。

お問合せ先: 苗場山麓ジオパーク振興協議

会事務局 ☎765-1600



苗場山麓の素晴らしさを伝えよう!

3月 【なじよもん ☎ 765-5511】

予約受付中! 当日受付も可  
※ただし定員になり次第締切ります

日時	プログラム	金額	対象
6日(日) 9:00~11:00	スノーシューⅡ	300	低学年から
13日(日) 9:00~11:30	スノーシューⅢ	300	低学年から
19日(土) 9:00~16:00	木の葉の工作	500	低学年から
20日(日) 10:00~15:30	本格アングレン編み一日体験	1,500	中学年から
21日(月) 9:00~15:00	カモシカウォッチング	800	中学年から
26日(土) 19:00~21:00	星空観察会	300	低学年から
27日(日) 10:00~12:00	春木山	300	高学年から

※友の会の皆さんは半額です。

表紙の写真 2月7日に行われた町のスキー大会でS・M・A・Lペン5年生の部で優勝した半戸 宝良たか(さん)は、中学生にも負けない好成绩で、見事優勝。昨年の大会をケガで欠場した悔しさを晴らしました。

この紙は再生紙を使っています

### 津南町の人口

■人口10,205(-8) 男4,965(-6) 女5,240(-2)

2月1日現在( )内は前月比

■世帯数3,575(-2) ■転入 / 12 ■転出 / 6 ■出生 / 5 ■死亡 / 19 ■婚姻 / 2

広報編集室  
前日まで続いた晴天がスキー大会当日、一転して大雪になりました。競技中も時折折り返しをのぞかせたと思えば、今度は吹雪。そして大会が終わったころにまた青空ととも津南らしい天気でした。自分が取材に出るときに雨や雪が多いようなら、いや気のせいですね。小島裕輔

**後方注意!**

後進する時は、足もとや後方の障害物に気をつける。

**雪かき棒を使って!**

雪詰まりを取り除く時は、エンジンを止めて必ず雪かき棒を使う。

使用者の責任において、正しく、安全に作業しましょう。

**防事故を 防ごう**

除雪機「JY606」